



GWASANAETH CYN-FILWYR A'U TEULUEDD

Ydych chi neu aelod o'r teulu wedi gwasanaethu yn y Lluoedd Arfog?
Oes angen cymorth arnoch gyda bywyd teuluol, iechyd meddwl neu berthnasoedd?

Rydym yn cynnig lle diogel a chyfrinachol i HOLL aelodau'r teulu i'ch helpu i symud ymlaen yn unigol a gyda'ch gilydd.

"Mae wedi bod yn lle diogel iawn i mi ddweud sut rwy'n teimlo a sut mae'n effeithio ar fy mywyd"

"Mae wedi fy helpu i weld fy ngwerth... yn fy helpu i fondio gyda fy nheulu yn well"

"Heb y gwasanaeth hwn... byddem wedi diweddu yn y llys ac yn rhyfela gyda'n gilydd"

"Rwyf bob amser yn edrych ymlaen at ein sesiynau.... Ffiwyddyn yn ôl, faswn i erioed wedi credu y byddem ni lle'r ydyn ni nawr"

"...helpodd i greu sefydlogrwydd eto a gweithiodd gyda ni i ddatrys problemau mawr iawn"

"Rydw i a fy ngwraig yn siarad mwy nawr yn hytrach na dadlau"

Ffoniwch, e-bostiwch neu ewch i'n tudalen we i weld sut y gallwn helpu!

0300 1800 888 • vfs@tgpcymru.org.uk
www.tgpcymru.org.uk/VFS

Mae'r wybodaeth hon ar gael mewn ieithoedd a fformatau eraill ar gais.
Cysylltwch â: communications@tgpcymru.org.uk.
TGP Cymru yw enw gweithiol Tros Gynnal Plant, Elusen Gofrestredig Rhif 1099878.
Cofrestrwyd yn gwmini cyfyngedig drwy warant Rhif 04422485 (Cymru a Lloegr).
Swyddfa gofrestredig: Sbarc, Heol Maindy, Caerdydd, CF24 4HQ



Mae'r gwasanaeth hwn yn rhad ac am ddim gyda diolch i'n cyllidwyr

THE ARMED FORCES
COVENANT FUND TRUST

VETERANS
FOUNDATION



tgpcymru.org.uk